



## **دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی قزوین**

### **دانشکده بهداشت**

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته علوم بهداشتی در تغذیه

### **عنوان**

تاثیر مصرف خوراکی پودر تخم شبلیله بر پروفایل لیپیدی

### **استاد راهنما**

سرکار خانم دکتر رزا زاوشی

### **اساتید مشاور**

جناب آقای دکتر مصطفی نوروزی

جناب آقای دکتر حسن جهانی هاشمی

### **نگارش:**

الهه یوسفی

**دی ماه ۱۳۹۳**

## چکیده

### تاثیر مصرف خوراکی پودر تخم شنبلیله بر پروفایل لیپیدی خون

**زمینه:** آترواسکلروز علت عمده مرگ در جهان پیشرفته است. اختلال در لیپوپروتئین‌های پلاسما و متابولیسم چربی‌ها، بیش از سایر عوامل در بروز آترواسکلروز نقش دارد. لذا کنترل و درمان هیپرلیپیدمی، امری لازم و اساسی به نظر می‌رسد.

**هدف:** گرایش عمومی جوامع به طب سنتی و استفاده از داروهای گیاهی در طی سال‌ها اخیر رو به افزایش بوده است، نقش گیاهان مختلف در کاهش چربیهای خون و در نتیجه کاهش بیماریهای قلبی-عروقی شناخته شده است. در این زمینه می‌توان به شنبلیله، شوید و برگ درخت گردو اشاره نمود. مطالعات انسانی نشان دهنده اثر گیاه شنبلیله بر چربی خون در ایران محدود بوده، لذا این مطالعه با هدف بررسی تاثیر مصرف خوراکی پودر تخم شنبلیله بر پروفایل لیپیدی طراحی گردید.

**روش مطالعه:** این مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی بوده و بر روی ۴۹ بیمار هایپرلیپیدمیک که داروهای کاهنده چربی خون مصرف نمی‌کردند صورت گرفت، بیماران بطور تصادفی بین دو گروه مداخله و کنترل تقسیم شده (۲۴ نفر مداخله و ۲۵ نفر کنترل) و هر دو گروه آموزش های تغذیه ای لازم در زمینه تغییر رژیم غذایی و سبک زندگی دریافت نمودند. همچنین گروه مداخله روزانه ۵ گرم پودر دانه شنبلیله بصورت ساشه های بسته بندی شده به مدت ۸ هفته همراه غذا دریافت می‌کردند.

میزان high-density lipoprotein (HDL) low - density lipoprotein (LDL), triacylglycerol (TG), Fasting Blood Sugare (FBS) و Total Cholesterol (Tchol) بیماران در ابتدا و انتهای مطالعه اندازه گیری و با استفاده از آزمون t زوجی مقایسه شد.

**یافته ها:** نتایج این بررسی حاکی از کاهش معنی داری ( $p < 0.05$ ) در میزان FBS, TG, Tchol, LDL در گروه مداخله بود. HDL بیماران در هر دو گروه در طول مطالعه تغییر معنی داری نداشت.

### نتیجه گیری:

مطالعه اخیر نشان داد که مصرف پودر دانه شنبلیله در کاهش چربی های خون بیماران هایپر لیپیدمیک موثر می باشد.

کلید واژه ها: شنبلیله، چربی خون، هایپرلیپیدمی

